

УТВЕРЖДЕНО

СОГЛАСОВАНО

Директор ООО "КТ "Вкусная страна"

Харитонов А.В.



МЕНЮ

4 мая 2026 г.
Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
КАША "ДРУЖБА"	200	5,44	5,48	32,92	203,61	190	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,04	6,60	0,06	59,84		2012
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,58	58,32	430	2008
Итого за прием пищи:	418	7,93	13,05	62,98	400,37		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,50	0,10	9,90	43,00		
Обед							
СУП КУРИНЫЙ	200	4,70	13,80	14,32	200,39	86	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	4,90	2,88	22,17	134,01	414	2012
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	80	7,61	15,65	4,02	187,66	259	2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,29	0,12	21,48	90,21	375	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	660	21,04	32,81	85,07	721,98		
Полдник							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ "НАСЛАЖДЕНИЕ"	50	3,99	4,15	28,54	167,35	467	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	250	4,21	4,26	44,74	232,15		
Ужин							
РАГУ ОВОЩНОЕ	200	6,00	8,93	16,00	167,97	349	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,29	0,10	14,54	59,33	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	450	9,83	9,39	53,62	337,01		
Итого за весь день:	1878	43,51	59,61	256,31	1 734,51		

УТВЕРЖДЕНО

Директор ООО "КП "Вкусная страна"
Харитонов А.В.



СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ

5 мая 2026 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,00	5,19	27,72	177,86	189	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,57	2,01	0,04	24,72		2012
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,15	4,09	16,25	119,96	397	2012
Итого за прием пищи:	437	12,97	12,16	59,43	401,14		
II Завтрак							
РЯЖЕНКА	200	6,00	2,00	8,40	80,00	435	2008
Итого за прием пищи:	200	6,00	2,00	8,40	80,00		
Обед							
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	4,00	5,05	7,60	92,00	50	2008
ПИЦЦА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,00	12,18	15,80	193,96	67	2012
ПИЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	9,96	14,83	34,34	310,96	304	2012
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	15,49	61,92	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	680	22,50	32,42	96,31	768,55		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	250	3,97	5,01	53,40	273,30		
Ужин							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	13,70	9,52	13,12	196,74	237	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	10	0,20	0,54	1,35	10,96	351	2012
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,44	0,19	9,24	44,46		2008
Итого за прием пищи:	460	18,18	10,94	64,31	432,88		
Всего за день:	2027	63,62	62,53	281,85	1 955,87		

УТВЕРЖДЕНО

Директор ООО "КП "Вкусная страна"

Харитонов А.В.

СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ

6 мая 2026 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,23	8,91	31,50	236,25	189	2008
ЯЙЦА БАРЕНЬЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	213	2012
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	450	12,15	12,11	63,26	409,95		
II Завтрак							
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	0,29	0,00	16,01	65,96	321	
Итого за прием пищи:	100	0,29	0,00	16,01	65,96		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, МЯСОМ ПТИЦЫ	200	10,79	12,85	28,61	273,70		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,27	7,28	27,35	192,18	204	2012
КОГЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	11,31	15,46	6,25	209,65	314	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	15,49	61,92	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	650	29,91	35,95	100,78	847,16		
Полдник							
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	50	2,91	4,04	21,41	115,98	437	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	250	3,13	4,15	37,61	180,78		
Ужин							
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,79	2,92	17,20	106,66	321	2012
МЯСНЫЕ "ЕЖИКИ" В СОУСЕ	80	11,97	13,02	6,41	190,50	288	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		2008
Итого за прием пищи:	460	18,52	16,41	62,89	471,67		
Всего за день:	1910	64,00	68,62	280,55	1 975,52		

УТВЕРЖДЕНО
 Директор ООО "КП "Вкусная страна"

СОГЛАСОВАНО



Харитонов А.В.

МЕНЮ

7 мая 2026 г.
 Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,75	13,49	2,92	184,45	223	2012
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80		2012
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,89	3,41	18,86	122,59	395	2012
Итого за прием пищи:	400	19,69	26,31	42,42	486,64		
II Завтрак							
СНЕЖОК	100	2,81	2,43	10,48	76,63	458	
Итого за прием пищи:	100	2,81	2,43	10,48	76,63		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,79	5,93	4,44	74,38	45	2012
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	5,09	13,15	20,52	221,19	75	2012
РИС ОТВАРНОЙ	130	2,72	5,11	28,47	170,72	315	2012
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	80	8,06	6,32	4,34	107,20	302	2012
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	180	0,19	0,08	11,10	47,24	375	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,16	0,29	13,86	66,69		2008
Итого за прием пищи:	690	20,49	31,00	92,47	733,36		
Полдник							
БАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	5,00	15,63	15,72	209,31	654	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	250	5,22	15,74	31,92	274,11		
Ужин							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	8,51	6,90	38,64	250,70	181	2008
ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/20	11,98	14,36	8,16	209,95	284	2012
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,27	0,07	14,07	59,06	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,44	0,19	9,24	44,46		
Итого за прием пищи:	450	23,68	21,64	79,85	610,11		2008
Всего за день:	1890	71,89	97,12	257,14	2 180,85		

УТВЕРЖДЕНО

СОГЛАСОВАНО

Директор ООО "КП "Вкусная страна"

Харитонов А.В.



МЕНЮ

8 мая 2026 г.
Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,44	6,70	31,49	212,83	413	2012
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,25	2,86	0,05	35,31		2012
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,58	58,32	430	2008
Итого за прием пищи:	420	11,14	10,53	61,54	385,06		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,50	0,10	9,90	43,00		
Обед							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,63	11,58	18,26	196,70	57	2012
ПОРЕ ГОРОХОВОЕ	130	14,50	7,31	30,33	245,21	20	
ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80	9,77	7,46	10,43	148,05	288	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,62	46,44	402	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	620	32,37	26,73	93,10	743,53		
Полдник							
ПЕЧЕНЬКА "МОСКОВСКАЯ"	50	3,54	1,68	24,83	128,27	485	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	250	3,76	1,79	41,03	193,07		
Ужин							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	9,73	9,04	16,78	192,22	236	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,66	3,42	8,70	72,58	351	2012
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	500	15,55	13,33	74,56	486,31		
Всего за день:	1890	63,32	52,48	280,13	1 850,97		

УТВЕРЖДЕНО

СОГЛАСОВАНО

Директор ООО "КП "Вкусная страна"

Харитонов А.В.



МЕНЮ 12 мая 2026 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,65	7,60	34,45	233,63	189	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,25	2,86	0,05	35,31		2012
БАТОН	20	1,50	0,58	10,28	52,40		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,84	4,48	23,52	154,89	395	2012
Итого за прием пищи:	430	15,24	15,52	68,30	476,23		
II Завтрак							
РЯЖЕНКА	150	4,50	1,50	6,30	60,00	435	2008
Итого за прием пищи:	150	4,50	1,50	6,30	60,00		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,83	2,05	3,97	37,58	34	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,72	13,29	19,97	223,52	67	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,78	5,20	17,79	129,25	321	2012
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	6,72	3,58	7,44	88,91	257	2012
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	0,27	0,11	18,14	76,49	375	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	700	19,79	24,61	89,77	662,88		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50		2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,32	0,11	16,43	67,03	431	2008
Итого за прием пищи:	250	4,07	5,01	53,63	275,53		
Ужин							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	5,53	5,46	24,97	170,72	414	2012
ФРИКАСЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	10,78	16,40	4,31	208,70	259	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	460	20,07	22,33	68,56	553,93		
Всего за день:	1990	63,67	68,97	286,56	2 028,57		

УТВЕРЖДЕНО

СОГЛАСОВАНО

Директор ООО "КП "Вкусная страна"

Харитонов А.В.



МЕНЮ

13 мая 2026 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,23	6,39	36,49	225,26	189	2008
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	213	2008
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	470	12,80	11,97	68,41	431,66		
II Завтрак							
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,75	0,15	14,85	64,50	442	2008
Итого за прием пищи:	150	0,75	0,15	14,85	64,50		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, МЯСОМ ПТИЦЫ	200	12,56	14,11	31,81	304,87		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,29	2,91	27,37	152,91	204	2012
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	12,44	9,68	9,86	176,45	286	2012
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,23	0,07	24,94	106,39	394	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	660	33,99	27,15	116,44	847,75		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С ЯБЛОКОМ	50	5,00	2,57	41,10	207,75	437	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,10	15,20	62,00	431	2008
Итого за прием пищи:	250	5,30	2,67	56,30	269,75		
Ужин							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА *	100	15,62	12,91	21,66	267,43	237	2012
СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	10	0,70	0,82	5,38	31,82		
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	460	20,48	14,60	76,12	520,76		
Всего за день:	1990	73,32	56,54	332,12	2 134,42		

УТВЕРЖДЕНО
Директор ООО "КП "Вкусная страна"

Харитонов А.В.

СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ 14 мая 2026 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНАЯ	200	6,52	7,58	35,27	236,30	1	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,78	0,06	52,36		2012
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,55	4,45	17,58	130,30	397	2012
Итого за прием пищи:	417	13,36	18,68	68,33	497,56		
II Завтрак							
ЙОГУРТ	150	3,00	2,25	4,50	72,00		2008
Итого за прием пищи:	150	3,00	2,25	4,50	72,00		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,79	5,93	4,44	74,38	45	2012
СУП КУРИНЫЙ	180	5,19	12,65	19,70	213,67	86	2012
РИС ОТВАРНОЙ	130	2,74	8,39	28,50	200,47	315	2012
БЕФСТОГАНОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	80	7,52	14,67	4,27	186,15	375	1996
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,16	18,32	76,29	394	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	670	19,87	42,18	97,69	858,09		
Полдник							
БУЛОЧКА С АБРИКОСОМ	50	3,80	6,46	33,42	206,09	469	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	250	4,02	6,57	49,62	270,89		
Ужин							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,77	4,79	17,79	125,62	321	2012
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	10,19	12,27	7,88	182,47	272	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,24	0,06	12,77	53,33	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		
Итого за прием пищи:	450	16,74	17,48	61,52	471,13		2008
Всего за день:	1937	56,99	87,16	281,66	2 169,67		

УТВЕРЖДЕНО

Директор ООО "КП "Вкусная страна"

Харитонов А.В.



СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ 15 мая 2026 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,76	13,88	2,97	188,07	223	2012
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80		2012
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	400	16,03	23,40	39,81	432,47		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	14,85	64,50	442	2008
Итого за прием пищи:	150	0,75	0,15	14,85	64,50		
Обед							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	6,05	12,30	22,54	226,11	57	2012
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	20,28	19,32	16,08	319,20	258	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	590	29,80	32,00	70,76	691,14		
Полдник							
РУЛЕТИК С САХАРОМ	50	3,80	3,63	29,88	142,30	469	2012
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,25	0,06	14,27	59,73	431	2008
Итого за прием пищи:	250	4,05	3,69	44,15	202,03		
Ужин							
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	14,51	3,10	30,35	207,39	20	2012
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	10,29	7,86	9,41	149,38	314	2008
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,05	14,56	59,42	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	540	28,19	11,71	82,34	549,92		
Всего за день:	1930	78,82	70,95	251,91	1 940,06		

УТВЕРЖДЕНО

СОГЛАСОВАНО

Директор ООО "КП "Вкусная страна"

Харитонов А.В.



МЕНЮ

18 мая 2026 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
КАША "ДРУЖБА"	200	5,44	5,48	32,92	203,61	190	2008
МАСЛО (ПОРЦИЙМИ)	8	0,04	6,60	0,06	59,84		2012
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,58	58,32	430	2008
Итого за прием пищи:	418	7,93	13,05	62,98	400,37		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,50	0,10	9,90	43,00		
Обед							
СУП КУРИНЫЙ	200	4,70	13,80	14,32	200,39	86	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	4,90	2,88	22,17	134,01	414	2012
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	80	7,61	15,65	4,02	187,66	259	2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,29	0,12	21,48	90,21	375	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	660	21,04	32,81	85,07	721,98		
Полдник							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ "НАСЛАЖДЕНИЕ"	50	3,99	4,15	28,54	167,35	467	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	250	4,21	4,26	44,74	232,15		
Ужин							
РАГУ ОВОЩНОЕ	200	6,00	8,93	16,00	167,97	349	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,29	0,10	14,54	59,33	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	450	9,83	9,39	53,62	337,01		
Итого за весь день:	1878	43,51	59,61	256,31	1 734,51		

УТВЕРЖДЕНО

Директор ООО "КП "Вкусная страна"

Харитонов А.В.



СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ 19 мая 2026 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,00	5,19	27,72	177,86	189	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,57	2,01	0,04	24,72		2012
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,15	4,09	16,25	119,96	397	2012
Итого за прием пищи:	437	12,97	12,16	59,43	401,14		
II Завтрак							
РЯЖЕНКА	200	6,00	2,00	8,40	80,00	435	2008
Итого за прием пищи:	200	6,00	2,00	8,40	80,00		
Обед							
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	4,00	5,05	7,60	92,00	50	2008
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,00	12,18	15,80	193,96	67	2012
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	9,96	14,83	34,34	310,96	304	2012
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	15,49	61,92	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	680	22,50	32,42	96,31	768,55		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	250	3,97	5,01	53,40	273,30		
Ужин							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	13,70	9,52	13,12	196,74	237	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	10	0,20	0,54	1,35	10,96	351	2012
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,44	0,19	9,24	44,46		2008
Итого за прием пищи:	460	18,18	10,94	64,31	432,88		
Всего за день:	2027	63,62	62,53	281,85	1 955,87		



СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ 20 мая 2026 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,23	8,91	31,50	236,25	189	2008
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	213	2012
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	450	12,15	12,11	63,26	409,95		
II Завтрак							
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	100	0,29	0,00	16,01	65,96	321	
Итого за прием пищи:	100	0,29	0,00	16,01	65,96		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, МЯСОМ ПТИЦЫ	200	10,79	12,85	28,61	273,70		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,27	7,28	27,35	192,18	204	2012
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	11,31	15,46	6,25	209,65	314	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	15,49	61,92	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	650	29,91	35,95	100,78	847,16		
Полдник							
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	50	2,91	4,04	21,41	115,98	437	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	250	3,13	4,15	37,61	180,78		
Ужин							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,79	2,92	17,20	106,66	321	2012
МЯСНЫЕ "ЕЖИКИ" В СОУСЕ	80	11,97	13,02	6,41	190,50	288	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
Итого за прием пищи:	460	18,52	16,41	62,89	471,67		
Всего за день:	1910	64,00	68,62	280,55	1 975,52		



СОГЛАСОВАНО

Директор ООО «КП «Вкусная страна»
Харитонов А.В.

МЕНЮ

21 мая 2026 г.
Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,75	13,49	2,92	184,45	223	2012
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80		2012
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,89	3,41	18,86	122,59	395	2012
Итого за прием пищи:	400	19,69	26,31	42,42	486,64		
II Завтрак							
СНЕЖОК	100	2,81	2,43	10,48	76,63	458	
Итого за прием пищи:	100	2,81	2,43	10,48	76,63		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,79	5,93	4,44	74,38	45	2012
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	5,09	13,15	20,52	221,19	75	2012
РИС ОТВАРНОЙ	130	2,72	5,11	28,47	170,72	315	2012
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	80	8,06	6,32	4,34	107,20	302	2012
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	180	0,19	0,08	11,10	47,24	375	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,16	0,29	13,86	66,69		2008
Итого за прием пищи:	690	20,49	31,00	92,47	733,36		
Полдник							
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	5,00	15,63	15,72	209,31	654	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	250	5,22	15,74	31,92	274,11		
Ужин							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	8,51	6,90	38,64	250,70	181	2008
ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/20	11,98	14,36	8,16	209,95	284	2012
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,27	0,07	14,07	59,06	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,44	0,19	9,24	44,46		2008
Итого за прием пищи:	450	23,68	21,64	79,85	610,11		
Всего за день:	1890	71,89	97,12	257,14	2 180,85		



УТВЕРЖДЕНО

Директор ООО «КП «Вкусная страна»

Харитонов А.В.

СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ 22 мая 2026 г. Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6,44	6,70	31,49	212,83	413	2012
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,25	2,86	0,05	35,31		2012
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,58	58,32	430	2008
Итого за прием пищи:	420	11,14	10,53	61,54	385,06		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,50	0,10	9,90	43,00		
Обед							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,63	11,58	18,26	196,70	57	2012
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	14,50	7,31	30,33	245,21	20	
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80	9,77	7,46	10,43	148,05	288	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,62	46,44	402	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	620	32,37	26,73	93,10	743,53		
Полдник							
ПИЮШКА "МОСКОВСКАЯ"	50	3,54	1,68	24,83	128,27	485	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	250	3,76	1,79	41,03	193,07		
Ужин							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	9,73	9,04	16,78	192,22	236	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,66	3,42	8,70	72,58	351	2012
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	500	15,55	13,33	74,56	486,31		
Всего за день:	1890	63,32	52,48	280,13	1 850,97		



СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ

25 мая 2026 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,11	6,01	28,41	188,32	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,78	0,06	52,36		2012
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,21	0,06	12,91	52,98	430	2008
Итого за прием пищи:	437	7,61	12,72	56,80	372,26		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,06	0,20	19,80	86,00	442	2008
Итого за прием пищи:	200	1,00	0,20	19,80	86,00		
Обед							
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	200	5,35	7,31	18,33	160,87	86	2012
ЦЕЛОВ С МЯСОМ	180	11,32	15,57	40,17	346,36	304	2012
КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,62	46,44	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	610	20,14	23,26	92,58	660,80		
Полдник							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	6,05	5,64	45,59	257,30	467	2012
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,10	15,20	62,00	431	2008
Итого за прием пищи:	250	6,35	5,74	60,79	319,30		
Ужин							
МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ОТВАЖЕННЫЕ	150	5,31	6,15	33,99	212,65	202	2012
МАСЛОМ	50	0,95	4,45	3,85	59,50		2008
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,44	0,19	9,24	44,46		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,44	0,19	9,24	44,46		2008
Итого за прием пищи:	450	10,14	11,08	77,88	450,33		
Всего за день:	1947	45,24	53,00	307,85	1 888,69		

УТВЕРЖДЕНО

СОГЛАСОВАНО

Директор ООО "КП "Вкусная страна"

Харитонов А.В.



МЕНЮ

26 мая 2026 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,65	7,60	34,45	233,63	189	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,25	2,86	0,05	35,31		2012
БАТОН	20	1,50	0,58	10,28	52,40		2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,84	4,48	23,52	154,89	395	2012
Итого за прием пищи:	430	15,24	15,52	68,30	476,23		
II Завтрак							
РЯЖЕНКА	150	4,50	1,50	6,30	60,00	435	2008
Итого за прием пищи:	150	4,50	1,50	6,30	60,00		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКТЫ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ	50	0,83	2,05	3,97	37,58	34	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,72	13,29	19,97	223,52	67	2012
ГЮДРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,78	5,20	17,79	129,25	321	2012
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	6,72	3,58	7,44	88,91	257	2012
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	0,27	0,11	18,14	76,49	375	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	700	19,79	24,61	89,77	662,88		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50		2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,32	0,11	16,43	67,03	431	2008
Итого за прием пищи:	250	4,07	5,01	53,63	275,53		
Ужин							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	5,53	5,46	24,97	170,72	414	2012
ФРИКАСЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	10,78	16,40	4,31	208,70	259	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	460	20,07	22,33	68,56	553,93		
Всего за день:	1990	63,67	68,97	286,56	2 028,57		

УТВЕРЖДЕНО
 Директор ООО "КП "Вкусная страна"

Харитонов А.В.

СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ 28 мая 2026 г.

Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНАЯ	200	6,52	7,58	35,27	236,30	1	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,78	0,06	52,36		2012
БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60		2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,55	4,45	17,58	130,30	397	2012
Итого за прием пищи:	417	13,36	18,68	68,33	497,56		
II Завтрак							
ЙОГУРТ	150	3,00	2,25	4,50	72,00		2008
Итого за прием пищи:	150	3,00	2,25	4,50	72,00		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,79	5,93	4,44	74,38	45	2012
СУП КУРИНЫЙ	180	5,19	12,65	19,70	213,67	86	2012
РИС ОТВАРНОЙ	130	2,74	8,39	28,50	200,47	315	2012
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	80	7,52	14,67	4,27	186,15	375	1996
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,16	0,16	18,32	76,29	394	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	670	19,87	42,18	97,69	858,09		
Полдник							
БУЛОЧКА С АБРИКОСОМ	50	3,80	6,46	33,42	206,09	469	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	250	4,02	6,57	49,62	270,89		
Ужин							
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,77	4,79	17,79	125,62	321	2012
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	10,19	12,27	7,88	182,47	272	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,24	0,06	12,77	53,33	431	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	450	16,74	17,48	61,52	471,13		
Всего за день:	1937	56,99	87,16	281,66	2 169,67		

УТВЕРЖДЕНО

Директор ООО "КП "Вкусная страна"

Харитонов А.В.

СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ
29 мая 2026 г.
Сад

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Период: весна-лето							
Завтрак							
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,76	13,88	2,97	188,07	223	2012
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80		2012
БАТОН	40	3,00	1,16	20,56	104,80		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,11	16,20	64,80	430	2008
Итого за прием пищи:	400	16,03	23,40	39,81	432,47		
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	14,85	64,50	442	2008
Итого за прием пищи:	150	0,75	0,15	14,85	64,50		
Обед							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	6,05	12,30	22,54	226,11	57	2012
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	20,28	19,32	16,08	319,20	258	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	590	29,80	32,00	70,76	691,14		
Полдник							
РУЛЕТИК С САХАРОМ	50	3,80	3,63	29,88	142,30	469	2012
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,25	0,06	14,27	59,73	431	2008
Итого за прием пищи:	250	4,05	3,69	44,15	202,03		
Ужин							
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	14,51	3,10	30,35	207,39	20	2012
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	10,29	7,86	9,41	149,38	314	2008
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,05	14,56	59,42	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	540	28,19	11,71	82,34	549,92		
Всего за день:	1930	78,82	70,95	251,91	1 940,06		